



# FOTOGRAFIA **OBNAŻONA**

**MISTRZOWSKIE SESJE AKTU**

**PIĘKNA KOMPOZYCJA CIAŁA**

Modelowanie bryły ludzkiego ciała  
Mistrzowskie manipulacje światłem i cieniem  
Tworzenie atmosfery zaufania na sesję zdjęciową  
Wykorzystywanie kreatywnych zabiegów fotograficznych

**RADOSŁAW BRZOWSKI**



## » Idź do

- Spis treści
- Przykładowy rozdział

## » Katalog książek

- Katalog online
- Zamów drukowany katalog

## » Twój koszyk

- Dodaj do koszyka

## » Cennik i informacje

- Zamów informacje o nowościach
- Zamów cennik

## » Czytelnia

- Fragmenty książek online

## » Kontakt

Helion SA  
ul. Kościuszki 1c  
44-100 Gliwice  
tel. 32 230 98 63  
e-mail: helion@helion.pl  
© Helion 1991–2010

## Fotografia obnażona. Mistrzowskie sesje aktu

Autor: [Radosław Brzozowski](#)

ISBN: 978-83-246-2472-0

Format: 200×230, stron: 192



*Akt nie jest zwykłym przedstawieniem ciała, lecz odnosząc je przez analogie do wszystkich struktur, jakie stały się częścią naszego doświadczenia wyobraźniowego, uświadamia nam istnienie uniwersalnego porządku*

Tomasz Lewicki

### Piękna kompozycja ciała:

- Modelowanie bryły ludzkiego ciała
- Mistrzowskie manipulacje światłem i cieniem
- Tworzenie atmosfery zaufania na sesji zdjęciowej
- Wykorzystywanie kreatywnych zabiegów fotograficznych

**Dowiedz się, jak stworzyć profesjonalne studio fotograficzne. Opanuj światło, wykorzystaj opcje, które daje Ci Twój sprzęt, i osiągnij zamierzone efekty**

Akt to nie tylko golizna. To zakłete w obrazie za pomocą techniki fotograficznej najgłębsze ludzkie emocje. A brak ubrania jest jedynie dosadnym narzędziem wyrazu. Ludzka fizyczność od zawsze fascynowała, inspirowała i niepokoiła artystów, rozwijała ich warsztat i wzbogacała dziedzictwo historii sztuki. Nie ma drugiego tak wdzięcznego i kontrowersyjnego tematu jak nagie ciało. Odrzucane w średniowieczu, gloryfikowane przez renesans, w końcu na stałe rozgościło się w malarstwie i rzeźbie, by wreszcie w 1840 roku zawędrować na kliszę fotograficzną.

Akt jest swoistym hołdem dla piękna ludzkiego (najczęściej kobiecego) ciała. Dzięki solidnemu warsztatowi fotografika, właściwemu sprzętowi, umiejętnemu operowaniu światłem i cieniem oraz zaufaniu między artystą a modelką powstają zachwycające dzieła. Delikatne, subtelne, eteryczne... lub też prowokujące, wyrafinowane i drapieżne. Zdjęcia mówiące więcej niż tysiąc słów. Obrazy przedstawiające żywe emocje, pragnienia, oddanie, erotyczną pasję. Kuszące seksem, kokietujące zmysły i wyobraźnię, zapraszające do intymnego świata. Albo wykorzystujące nagość i bryłę ludzkiego ciała jedynie jako instrumenty tworzące niebanalny obraz.

### Odczaruj zakłęty świat studia

- Przygotowanie sesji: dbałość o odpowiednie warunki i aspekty techniczne oraz współpraca z modelką.
- Sprzęt: statyw, teleobiektyw, blenda, sprzęt oświetleniowy, tła, meble, kosmetyki i dodatki.
- światło i możliwości manipulowania cieniem: praca z jedną lub kilkoma lampami i końcówkami modelującymi światło.
- Efekty specjalne: zmiana kontrastu, korekty, konwersja do obrazu czarno-białego, tonowanie i wyostrażanie zdjęcia.

# Spis treści

---

Wstęp – do kogo adresowana jest ta książka · 7

## 1 Kilka mitów · 11

Aby wykonywać dobre fotografie, potrzebujemy aparatu wysokiej klasy · 12

Aby robić dobre fotografie studyjne, potrzebujemy

w pełni wyposażonego studia i kosztownych lamp · 14

Modelki i modele niechętnie pozują do aktu · 15

Fotografia aktu jest szczególnie trudna · 15

Mój partner (partnerka) będzie miał (miała) powody do zazdrości · 16

## 2 Współpraca z modelką · 19

Dobre rady · 20

Czego bezwzględnie nie należy robić · 22

## 3 Przygotowanie do sesji aktu · 25

Co naprawdę warto przygotować przed sesją · 26

## 4 Nauka fotografii aktu · 29

Jak się uczyć · 30

Jak nauczyć się fotografii studyjnej bez studia · 33

## 5 Podstawowy sprzęt oświetleniowy i jego działanie · 37

Rozwiązania amatorskie · 38

Rozwiązanie półprofesjonalne · 44

Studio · 47

## 6 Wyposażenie studia · 51

Lampy błyskowe · 52

Końcówki modelujące światło · 52

Statywy, pantografy itp. · 68

Systemy mocowania teł · 70

Tła · 70

Użycie światła do zmiany charakterystyki tła · 73

Światłomierz · 80

Synchronizacja błysku · 80

Inne · 82

Zasilanie · 83

## 7 Charakterystyka światła studyjnego · 87

## 8 Praca z jedną lampą · 99

Całe tło na zdjęciu jednolicie czarne · 100

Rejestrowanie fragmentu ciała modelki · 102

Rejestrowanie większego obszaru ciała modelki · 104

Oświetlanie sylwetki z dwóch stron · 105

Rejestrowanie zarysu postaci · 106

Rejestrowanie wielu szczegółów postaci · 108

Rejestrowanie ciemnej sylwetki na jasnym tle · 109

Uwidacznianie tła · 110

## 9 Praca z dwiema lampami · 117

Jedna lampka oświetlająca tło, druga modelkę · 118

Dwie lampy oświetlające krawędzie ciała modelki · 120

Dwie lampy oświetlające tło · 122

Dwie lampy oświetlające modelkę miękkim światłem · 124

Dwie lampy oświetlające modelkę twardym światłem · 126

## 10 Praca z trzema lampami · 137

Dwie lampy oświetlające modelkę, trzecia – tło · 138

## 11 Praca z czterema lampami i większą ich liczbą · 149

Zdjęcia w wysokim kluczu (ang. high key) i na białym tle · 150

Zdjęcia z tłem oświetlonym dynamicznie · 152

Zdjęcia z silnymi refleksami we włosach · 156

Zdjęcia większej liczby osób · 157

Warto pamiętać · 157

## A Najczęstsze edycje stosowane w fotografii aktu · 161

Zmiana kontrastu zdjęcia · 162

Korekcja tła · 166

Korekcja skóry i usuwanie śladów po bieliźnie · 172

Konwersja na obraz czarno-biały · 175

Tonowanie zdjęcia · 176

Wyostrażanie i wyostrażanie selektywne · 177

# 6

## Wypożyczenie studia

---

Wielu fotografów nie decyduje się na rozpoczęcie pracy w studio zakładając, że wymaga to ogromnych nakładów finansowych. Nie zawsze jest to jednak prawdą; oczywiście, profesjonalne studia fotograficzne zajmują ogromną przestrzeń, a ich wyposażenie kosztuje setki tysięcy złotych. W większości przypadków możemy jednak osiągnąć podobne, bądź wręcz identyczne, rezultaty przy pomocy wyposażenia o wiele prostszego i tańszego, wykorzystanego we własnym mieszkaniu. Niezbędna jest nam jednak przynajmniej podstawowa wiedza o roli i działaniu poszczególnych urządzeń.

## Lampy błyskowe

---

**D**ostępne są różne modele i marki lamp. Osobiście korzystam z lamp Durablitz. Najtańsze nie mają elektronicznej regulacji mocy błysku, co może powodować jego pewną niestabilność — na szczęście zazwyczaj nie wpływa to znacząco na jakość zdjęcia. Wiele z tych lamp nie zapewnia również płynnej regulacji mocy błysku czy też mocy światła pilotującego. Na szczęście są to drobne trudności, które można łatwo pokonać przy odrobinie wprawy.

## Końcówki modelujące światło

---

**D**la mnie najważniejszym elementem wyposażenia studia są tak naprawdę właśnie końcówki modelujące. To one odpowiadają za jakość światła i możliwości kreacji obrazu. Należy tylko pamiętać, że lampy różnych producentów mogą mieć różne systemy mocowania, co w praktyce oznacza, że zakupione końcówki mogą pasować nie do wszystkich lamp.

Poniżej opisałem najczęściej spotykane końcówki modelujące światło.

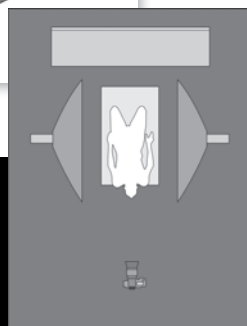
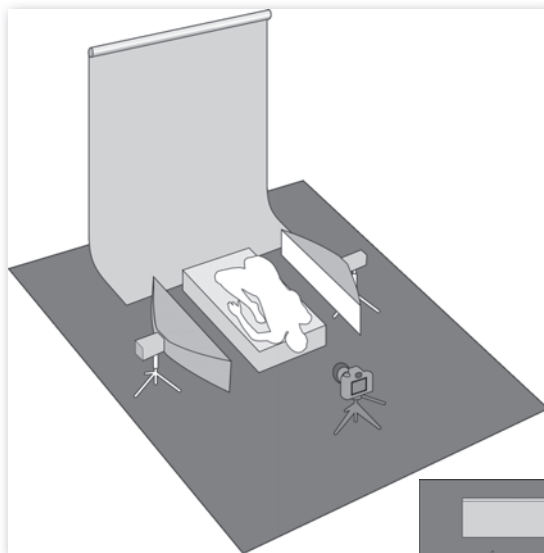
### Softboksy

---

Softboksy są dostępne w różnych kształtach i rozmiarach, od bardzo małych powierzchni (np. 40×60 cm) do ogromnych, o przekątnej przekraczającej półtora metra. Działanie poszczególnych rodzajów softboksów prezentują zdjęcia i ilustracje poniżej. Należy zauważyć, że softboksy o dużej powierzchni wymagają stosowania lamp o większej mocy. Jeśli chodzi o mnie, korzystam z dwóch rodzajów lamp — o mocy 300 Ws i 600 Ws, przy czym lamp o większej mocy używam głównie z dużymi softboksami, rozświetlam nimi białe tło.

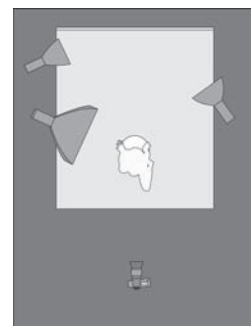
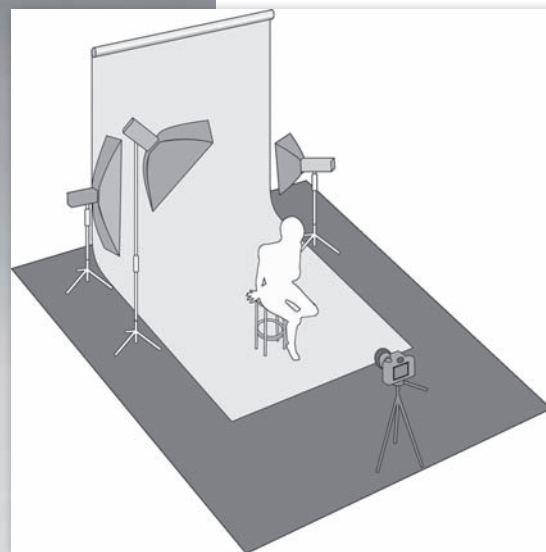
### Notatka

*Większość lamp produkcji chińskiej wyposażona jest w mocowanie Bowensa. Niestety, zdarza się, że mocowanie w lampach dwóch różnych firm tylko teoretycznie jest kompatybilne — dokładnie z taką sytuacją spotkałem się, usiłując zamocować softbox CY na lampach Fighter — dlatego też przed zakupem lampy innej marki warto jest zwyczajnie przymierzyć do niej posiadane końcówki. W przypadku lamp marki Fighter mogą się również pojawić różnice między lampami starszymi i nowszymi, utrudniające bądź uniemożliwiające korzystanie z niektórych końcówek studyjnych.*

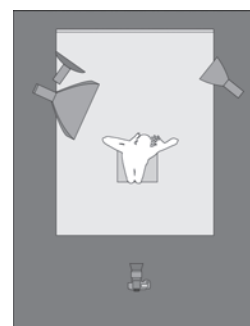
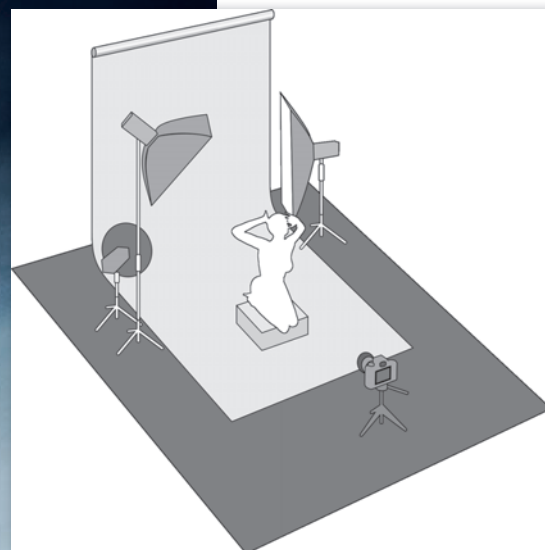


Zdjęcie to jest wykonane przy użyciu dwóch położonych poziomo lamp typu strip (długich, lecz wąskich softboksów). Dzięki temu światło pada przede wszystkim na uda i pozostaje równomierne na całej długości, jaką zajmuje modelka





W przypadku tego zdjęcia duży softbox znajdujący się po lewej stronie modelki zapewnił światło miękkie, lecz efektywnie modelujące jej ciało



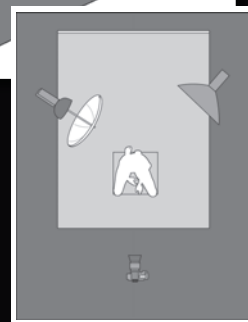
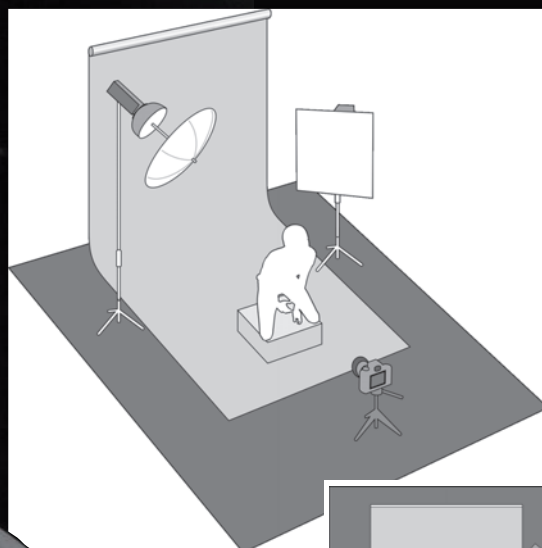
Ciało modelki jest oświetlone podobnie jak na poprzednim zdjęciu, chociaż wypełniający cienie strip jest tu silniejszy. Użycie dwóch lamp oświetlających tło nadaje mu zupełnie inny charakter

## Komentarz

*Zwróć uwagę na światło rozjaśniające tło w górnym lewym rogu. To światło pada z parasolki odbłaskowej znajdującej się po tej stronie – tak duże jego rozproszenie stanowi wadę parasolek, w tym przypadku wykorzystaną kreatywnie.*

## Parasolki

Dostępne są dwa rodzaje parasolek – rozpraszające światło, które działają podobnie do okrągłego softboksa, i odbijające światło. Te drugie dają światło nieco ostrzejsze i bardziej kontrastowe od emitowanego przez softboksy o podobnym kształcie i wielkości. Zaletą parasolek jest ich niska cena oraz rozmiary ułatwiające ich składowanie po złożeniu. Warto również pamiętać, że można kupić parasolki srebrne, dające światło neutralne bądź lekko chłodne, oraz parasolki złote i srebrno-złote, dające światło ciepłe.



Jak widać na powyższym przykładzie, parasolki odbłaskowe dają miękkie światło, dość podobne do pochodzącego z softboksa, chociaż zapewniające minimalnie mocniejszy modelunek. Parasolki stanowią najtańszy sposób na uzyskanie miękkiego światła i często są punktem wyjścia dla fotografów pracujących w studio

Niejednokrotnie dla uzyskania ciekawie oświetlonego zdjęcia wystarczy jedna lampa, w tym przypadku umieszczona nad modelką



## Komentarz

*Podobnie jak w przypadku poprzedniego zdjęcia, światło rzucone na tło pochodzi z tej samej lampy, która oświetla modelkę – mając świadomość takiego działania parasolek odbijających, można je wykorzystać, by uzyskać oświetlenie bardziej skomplikowane, niż wskazywałaby na to liczba użytych lamp.*

